

ограничиваясь только объемом физических упражнений, предусмотренных учебным планом.

2. Рекомендовать вести здоровый образ жизни и, по возможности посещать спортивные секции в УВО.

Литература:

1. Маслак, С. А. Динамика скоростно-силовых показателей у девушек первых-вторых курсов лечебного факультета основной медицинской группы / С.А. Маслак, В.А. Маслак // Достижение фундам., клин. медицины и фармации : материалы 65 науч. сессии сотрудников ун-та, Витебск, 24–25 марта 2010 г. Витебск : ВГМУ, 2010. – 585 с.

2. Фурманов, А. Г. Оздоровительная физическая культура / А. Г. Фурманов, М. Б. Юспа. – Минск :Тесей, 2003. – 528 с.

3. Шкирьянов, Д. Э. Рейтинг здоровья студента» как критерий оценки здоровьесберегающей среды учреждения высшего образования медицинского профиля / Д. Э. Шкирьянов // Наука, образованию, производству, экономике : материалы XXI(68) Регионал. науч.-практ. конф. преподавателей, научных сотрудников, аспирантов, Витебск, 11–12 марта 2016 г. : в 2 т. / Витеб. гос. ун-т ; редкол.: И.М.Прицепя (гл. ред) [и др.]. – Витебск : ВГУ имени П. М. Машерова, 2016. – Т. 2. – С. 167–169.

СРАВНИТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА СКОРОСТНО-СИЛОВЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ СТУДЕНТОВ ПЕРВЫХ КУРСОВ ГОРОДА ВИТЕБСКА

*Маслак С.А., Толочко Е.Н., Большаков Л.В., Лаппо В.А.,
Васильев И.В., Тур А.В.*

УО «Витебский государственный медицинский университет»

Актуальность. В современном обществе «информационной гонки» физическое воспитание всё чаще остается нереализованным. Данная проблема уже проявляется в ухудшении уровня здоровья, снижении гармоничности и степени физического развития, особенно у студентов, занимающихся в учебных заведениях с повышенной учебной нагрузкой[2].

Современный специалист должен обладать не только высоким уровнем профессиональной подготовки, но и хорошим здоровьем, которое определяется не только отсутствием выраженных признаков болезней, но и достаточным уровнем развития физических качеств.

Цель. Дать сравнительную характеристику уровня скоростно-силовых показателей студенток первых курсов, которые обучаются в УО города Витебска.

Материал и методы. Объектом исследования явились студентки первых курсов УО «ВГМУ», УО «ВГУ имени П.М. Машерова», УО «ВГАВМ», УО «Медицинский колледж» основной медицинской группы в

количестве 100 человек. Возраст испытуемых 17-18 лет. Исследование проводилось в осеннем семестре 2017-2018 уч. года. Для решения поставленных задач нами использовались следующие методы: анализ научно-методической литературы, сравнительно-сопоставительный метод, метод математической статистики [1]. При определении уровня скоростно-силовых показателей мы учитывали бег 30м, прыжки в длину с места, челночный бег 4/9м и оценивали по пятиуровневой шкале. Результаты исследования отображены в таблице (в %), где числитель – количество студентов, знаменатель – количество процентов.

Результаты и обсуждение.

Таблица 1. Уровень скоростно- силовых показателей студенток первых курсов г. Витебска

УО города Витебска	Показатель	Бег 30 м	Прыжок в длину с места	Челночный бег 4/9 м
ВГМУ	Высокий	4/17,4	2/8,7	4/17,4
	Выше среднего	11/47,85	9/39,15	5/21,75
	средний	3/13,05	3/13,05	5/21,75
	Ниже среднего	4/17,04	3/13,05	8/34,8
	Низкий	1/4,35	6/26,1	1/4,35
ВГАВМ	Высокий	3/13,05	5/21,75	4/17,04
	Выше среднего	9/39,15	6/26,1	8/34,08
	средний	3/13,05	5/21,75	4/17,04
	Ниже среднего	5/21,75	4/17,04	5/21,75
	Низкий	3/13,05	3/13,05	2/8,7
ВГУ имени П.М. Машерова	Высокий	5/21,75	5/21,75	2/8,7
	Выше среднего	5/21,75	4/17,4	3/13,05
	средний	8/34,8	4/17,4	13/56,55
	Ниже среднего	4/17,4	4/17,4	2/8,7
	Низкий	1/4,35	6/26,1	3/13,05
Мед.колледж	Высокий	4/17,4	4/17,4	10/43,5
	Выше среднего	13/56,55	13/56,55	6/26,10
	средний	3/13,05	3/13,05	3/13,05
	Ниже среднего	2/8,7	2/8,7	2/8,7
	Низкий	1/4,35	1/4,35	2/8,7

Студенты УО «ВГМУ» показали следующие результаты:

Бег 30м: высокий - 17,4%, выше среднего - 47,85%, средний - 13,05%, ниже среднего - 17,04%, низкий - 4,35%. В прыжках в длину с места: высокий - 8,7%, выше среднего - 39,15%, средний - 13,05%, ниже среднего - 13,05%, низкий - 26,1%. Челночный бег 4/9м: высокий - 17,4%, выше среднего - 21,75%, средний - 21,75%, ниже среднего - 34,8%, низкий - 4,35%.

Студенты УО «ВГАВМ» показали следующие результаты:

Бег 30м: высокий - 13,05%, выше среднего - 39,15%, средний - 13,05%, ниже среднего - 21,75%, низкий - 13,05%. В прыжках в длину с места: высокий - 21,75%, выше среднего - 26,1%, средний - 21,75%, ниже среднего - 17,4%, низкий - 13,05%. Челночный бег 4*9м: высокий - 17,4%, выше среднего - 34,8%, средний - 17,4%, ниже среднего - 21,75%, низкий - 8,7 %.

Студенты УО «ВГУ имени П.М. Машерова» показали следующие результаты:

Бег 30м: высокий - 21,75%, выше среднего - 21,75%, средний - 34,8%, ниже среднего - 17,4%, низкий - 4,35%. В прыжках в длину с места: высокий - 21,75%, выше среднего - 17,4%, средний - 17,4%, ниже среднего - 17,4%, низкий - 26,1%. Челночный бег 4/9м: высокий - 8,7%, выше среднего - 13,05%, средний - 56,55%, ниже среднего - 8,7%, низкий - 13,05 %.

Студенты УО «Медицинский колледж» показали следующие результаты:

Бег 30м: высокий - 17,4%, выше среднего - 56,55%, средний - 13,05%, ниже среднего - 8,7%, низкий - 4,35%. В прыжках в длину с места: высокий - 17,4%, выше среднего - 56,55%, средний - 13,05%, ниже среднего - 8,7%, низкий - 4,35%. Челночный бег 4/9м: высокий - 43,5%, выше среднего - 30,45%, средний - 13,05%, ниже среднего - 4,35%, низкий - 8,7 %.

Анализируя результаты, мы пришли к выводу, что более объективная оценка уровня скоростно-силовых показателей будет состоять в процентном отношении из результатов, показанных на высокий, выше среднего, средний уровень. Результаты полученных данных отображены на рисунке 1.

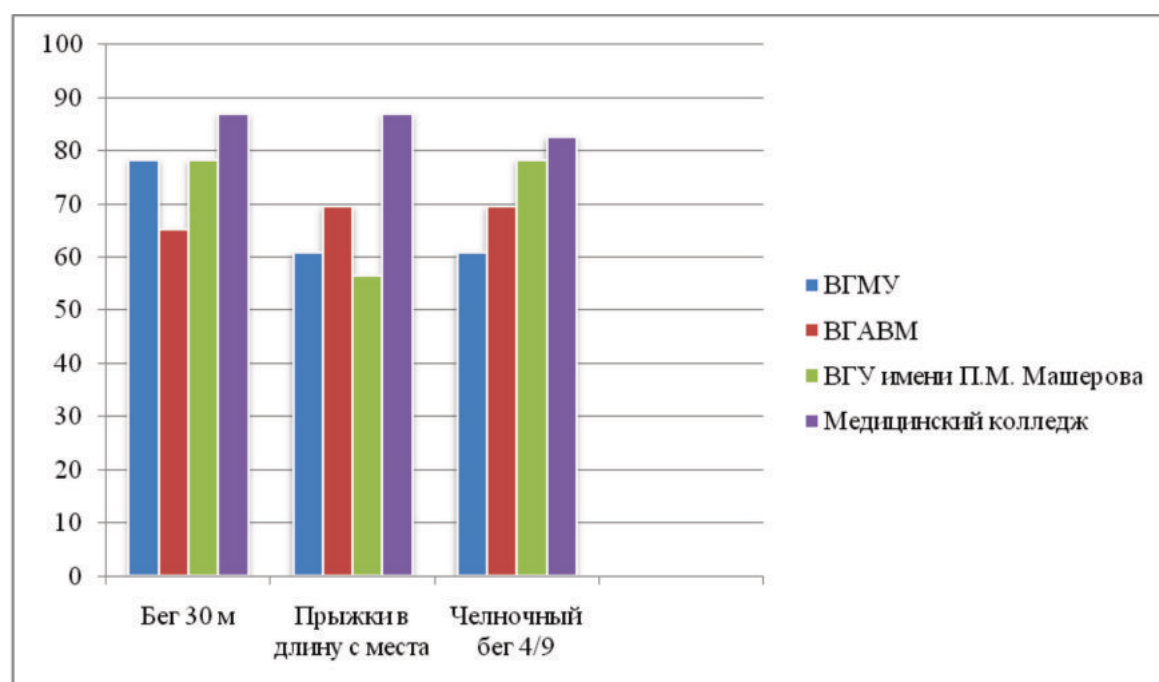


Рисунок 1. Процентное соотношение скоростно-силовых показателей

Если высокий, выше среднего, средний уровень скоростно-силовых показателей считать положительным результатом, тогда процентное соотношение результатов составило: Бег 30м УО «ВГМУ» - 78,3%, УО «ВГАВМ» - 65,25%, УО «ВГУ имени П.М. Машерова» - 78,3%, УО «Медицинский колледж» - 87%, в прыжках в длину с места УО «ВГМУ» - 60,9%, УО «ВГАВМ» - 69,6%, УО «ВГУ имени П.М. Машерова» - 56,55%, УО «Медицинский колледж» - 87%. В челночном беге - УО «ВГМУ» - 60,9%, УО «ВГАВМ» - 69,6%, УО «ВГУ имени П.М. Машерова» - 78,3%, УО «Медицинский колледж» - 82,65%.

Выводы.

1. Сопоставляя полученные данные, видно, что студенты-первокурсники имеют средний уровень скоростно-силовых показателей.

2. Мы считаем, что разница результатов зависит от степени загруженности учебной нагрузкой во время учёбы в Вузе и в период подготовки к поступлению.

Литература:

1. Маслак, С. А. Динамика скоростно-силовых показателей у девушек первых-вторых курсов лечебного факультета основной медицинской группы // С. А. Маслак, В. А. Маслак // Достижение фундам., клин. медицины и фармации : материалы 65 науч. сессии сотрудников ун-та, Витебск, 24–25 марта 2010 г. – Витебск : ВГМУ, 2010. – 585 с.

2. Михаленя, В. М. Физическое воспитание студенток / В. М. Михаленя. – Минск, 2001. – 127 с.

ЗДОРОВЬЕ СПОРТСМЕНОВ И ДОПИНГИ

Медвецкая Н.М.

УО «Витебский государственный медицинский университет»

Актуальность. Здоровье населения является важнейшим фактором успешного общественного развития и национальной безопасности, важным ресурсом для обеспечения стабильности государства, а по уровню качества жизни и состоянию здоровья населения можно судить об эффективности государственной политики в области социальной сферы [1].

По мере развития цивилизации и более широкого распространения заболеваний медицина все в большей степени стала специализироваться на лечении болезней и все меньше внимания уделять здоровью. Собственно лечение часто снижает запас здоровья за счет побочного воздействия лекарственных средств, то есть лечебная медицина далеко не всегда укрепляет здоровье.

Таким образом, становится понятно, что болезни современного человека обусловлены, прежде всего, его образом жизни и повседневным поведением. В настоящее время здоровый образ жизни рассматривается как основа